



меню на 01 марта
 1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг)						
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	минерал ы (мг)	
47	салат из квашенной капусты	60	1,04	0,5	5,12	5,35	0,05	5	0	0	0,3	18,73	0	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	85,75	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА	90	9,04	12	28	230	0,08	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7	
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81	
945	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	1,6	16,4	91	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0	
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2	
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14	
	ИТОГО:	850	25,36	24,3	115,81	699,55	0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66	



Утверждаю:
 ВРИО директора школы
 Т.Н. Емельяненко

" 29 " 02 2024г

меню на 01 марта
 5-11класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		витамины		витамины	минералы (мг)		минералы (мг)		
			Б	Ж		У	В1	С	А		Е	Fe		Ca	P
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,02	11,96	0,06	0	0,41	0	31,53	24	9,68
	СУП С														
103	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	0,85	0	19,68	53,32	21,6
268	КОТЛЕТА	100	12,9	14,6	35	265	0,01	0,12	23	0	1	0	35	133,1	25,7
	ГРЕЧКА														
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	0	15,57	0	81
945	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	0,6	0	6,4	3,6	0
	2 хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	0	15	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	0	9,2	34,8	13,2
	ИТОГО:	800	29,82	29,96	124,65	812,26	0,17	13,75	23	1,12	7,25	119,58	229,22	162,66	



Утверждаю:
 ВРИО директора школы
 Т.Н.Емельяненко
 "29" 02 2024г

меню на 01 марта
 ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые		энергетич еская ценность (ккал) день	витами ы B1	витами ы C	витами ы A	витами ы E	витами ы минерал		витами ы P	витами ы Mg	витами ы Fe
			вещества (г)	вещества (г)						Ca	Mg			
			Б	Ж										
				Б -й										
				завтрак										
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47	
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28	
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	95	0	0	59	0	1	2	0	0	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого :	440	15,99	17,94	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75	
				ОБЕД										
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	10,21	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49	
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	180	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87	
268	котлета	100	12,9	14,6	265	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5	
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95	
495	какао с молоком	200	3	3,54	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0,18	
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого :	800	29,82	29,96	812,26	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99	